www.beselfsure.org

Kwa ushauri na usaidizi

Piga 1190 Ujumbe Fupi 1190

MINISTRY OF HEALTH

CHILDREN'S INVESTMENT FUND FOUNDATION

ps Kenya

Healthy lives. Measurable results

BE SELF SURE

WITH THE NEW HIV *SELF TESTING* KIT

MASWALI YANAYOULIZWA MARA KWAMARA KUHUSU KUJIPIMA HIV

1. Kujipima HIV ni nini?

Kujipima HIV ni utaratibu ambapo mtu anachukua sampuli yake mwenyewe (umajimaji wa kinywani au damu) kisha anapima HIV na kufasiri matokeo, aghalabu hutokea katika mazingira ya faragha, ama akiwa mwenyewe au akiwa na mtu anayemwamini.

Kujipima HIV hakutoi matokeo hakika ya kuwepo kwa HIV. Matokeo yote ya kujipima yanayoonyesha uwepo wa HIV yanahitaji kuthibitishwa na mpimaji mahiri akitumia utaratibu wa kitaifa wa kupima uliohalalishwa. Matokeo ya kujipima yanayoonyesha kutokuwepo kwa HIV huchukuliwa kuwa sahihi jinsi yalivyo. Hata hivyo, kwa mujibu wa mwongozo wa Shirika la Afya Duniani kuhusu kujipima HIV, watu ambao huenda walikuwa katika hali zinazoweza kuambukiza HIV wiki sita zilizopita na wale ambao daima wako katika hatari kuu ya kuambukizwa (kama vile walevi wa mihadarati, mabasha, makahaba, wafungwa n.k.) wanashauriwa kupimwa tena.

2. Je, kujipima HIV ndilo chaguo sahihi kwangu?

Kupima HIV ndiyo njia ya pekee ya kujua hali yako ya HIV. Hili ni muhimu kwani litakuwezesha kufanya uamuzi sahihi kuhusu afya na maisha yako. Kujipima HIV hukuwezesha kujipima faraghani na kwa wakati wako. Kujipima HIV hakufai kwa wale ambao wanatumia tiba ya kupunguza makali ya HIV. Ikiwa unafikiri kwamba umekuwa katika hali zinazoweza kuambukiza HIV au uko katika hatari ya kuambukizwa, ujipimaji wa HIV unakupa nafasi nzuri ya kufahamu hali yako.

3. Ni vifaa vipi vya kujipima HIV vilivyopo?

Kwa sasa, kuna aina mbili za vifaa vya kujipima HIV, ambavyo hugundua kirusi cha HIV kwa kutumia ama sampuli ya damu au umajimaji wa kinywani (mate).

4. Je, vifaa vya kujipima HIV vinaaminika kwa kiasi gani?

Vinapotumiwa kulingana na maelekezo yaliyotolewa na mtengenezaji wake, vipimo vya HIV vya damu na umajimaji wa kinywani huwa sahihi.

5. Ninaweza kupata wapi kifaa cha kujipima HIV?

Vifaa vya kujipima HIV vilivyoidhinishwa vinapatikana katika vituo vya afya vya umma na vya kibinafsi pamoja na maduka teule ya madawa. Kwa habari zaidi, unaweza pia kutembelea www.beselfsure.org.

6. Ninajipimaje HIV?

Fuata maelekezo yaliyotolewa na mtengenezaji bidhaa na mtoa huduma.

7. Nitafanya nini ikiwa matokeo ya kujipima yanaonyesha kuwa nina HIV?

Kila mara matokeo ya kujipima yanayoonyesha kuwa mtu ana HIV yatahitaji upimwaji zaidi na thibitisho kutoka kwa mpimaji mahiri. Ni muhimu kwenda kupimwa HIV katika kituo kinachotoa Huduma za Kupima HIV iliujue hali yako.

8. Nifanye nini ikiwa matokeo yataonyesha kuwa sina HIV?

Kumbuka kwamba inaweza kuchukua hadi miezi mitatu, baada ya kuwa katika hali inayoweza kuambukiza HIV, kugundua maambukizi ya HIV. Kwa hiyo, ikiwa ulikuwa katika hali inayoweza kuambukiza HIV miezi mitatu iliyopita, unahitaji kujipima tena baada ya wiki nne ili kuwa na uhakika kwamba huna HIV. Hata hivyo, ikiwa hujawa katika hali inayoweza kuambukiza HIV katika miezi mitatu iliyopita na ulijipima kama ulivyoelekezwa, basi kuna uwezekano mkubwa kwamba matokeo yaliyoonyesha uwepo wa HIV yanamaanisha kwamba huna HIV. Ikiwa utaendelea kuwa katika hatari ya kuambukizwa HIV, unastahili kuendelea kujipima baada ya kila miezi mitatu. Unastahili pia kuzungumza na mhudumu wa afya kuhusu njia zingine za kuzuia HIV.

9. Ikiwa Virusi vya Ukimwi (HIV) haviwezi kuenezwa kupitia kwa mate, kwa nini umajimaji wa kinywani (mate) unatumiwa kupima HIV?

Virusi vya ukimwi (HIV) haviwezi kuenezwa kupitia kwa mate, mkojo au jasho. Virusi vya ukimwi (HIV) vinaweza kuenezwa kupitia kwa kugusa damu, umajimaji wa uke na rektamu na maziwa kutoka kwa matiti ya mtu aliyeambukizwa.

Kujipima HIV hubaini kama mwili wako umewahi kuingiliwa na HIV hapo mbeleni. Ikiwa umewahi kuingiliwa, basi mwili wako utakuwa umeshatoa kingamwili mahususi za HIV ili kujilinda dhidi ya virusi hivyo. Kingamwili hizi zinaweza kugunduliwa kutoka kwa umajimaji wa kinywani (na pia kwenye damu). Kujipima HIV hakugundui kirusi halisi.

10. Je, mimi na mwenzangu tunaweza kujipima kama mke na mume? Ikiwa inawezekana, itakuwaje ikiwa mmoja wetu atapatikana na HIV?

Wewe na mwenzako mnaweza kujipima pamoja faraghani. Kila mmoja anastahili kutumia kifaa tofauti cha kujipimia na ajipime kama ilivyoonyeshwa katika maelekezo yaliyotolewa. Ikiwa mmoja kati yenu atapata matokeo yanayoonyesha kuwa ana HIV, sharti mmtembelee mtoa huduma wa Kupima HIV katika kituo cha afya/kijamii ili kupimwa HIV.

11. Ikiwa nina HIV, ninaweza kutumia kifaa cha kujipima HIV kumpima mtoto wangu?

Usiwahi kutumia kifaa cha kujipima HIV kumpima mtoto. Inapendekezwa kwamba watoto wapelekwe katika kituo cha afya ili kupimwa HIV.

12. Ninastahili kufanya nini ikiwa kuna mtu anayetaka kunilazimisha kupimwa HIV?

Sheria ya Kuzuia na Kudhibiti HIV 2006 inapinga upimwaji wa lazima na kwa hiyo upimwaji wa HIV bila idhini yako mtu si halali! Una haki ya kukataa kupimwa HIV au kusitisha utaratibu huo wakati wowote ikiwa unahisi kwamba hauko tayari kujua hali yako.

13. Ninaweza kupata wapi habari zaidi kuhusu uzuiaji, utunzaji na matibabu ya HIV?

Kwa habari zaidi, unaweza kutembelea kituo cha afya/kijamii kilicho karibu. Unaweza pia kutembelea www.beselfsure.org au www.nascop.or.ke kwa habari zaidi.

Matokeo yako yakidhibitisha una virusi piga simu kwa nambari 1190 kwa usaidizi ama utumeujumbe mfupi 'ST' kwa nambari 1190 ama uende kwenye kituo kilicho karibu nawe kuhakikisha matokeo yako.